

# Quelles sont les différentes étapes à suivre pour administrer les premiers secours lors d'une situation d'urgence

**En cas d'accident, chaque seconde compte !**

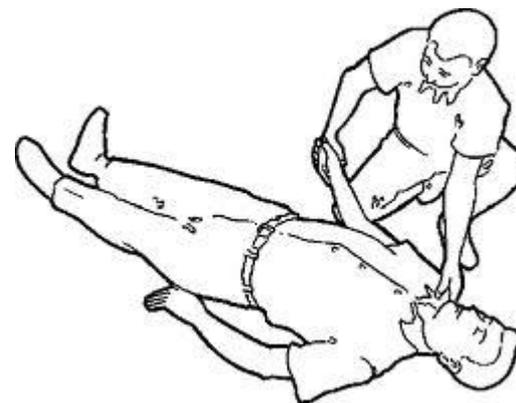




**Un sportif fait un  
malaise sur le  
terrain et s'écroule  
au sol**

---

- **Sécuriser le lieu de l'accident et les personnes**



- **Vérifier l'état de conscience de la victime :  
secouer doucement les épaules, l'interroger**

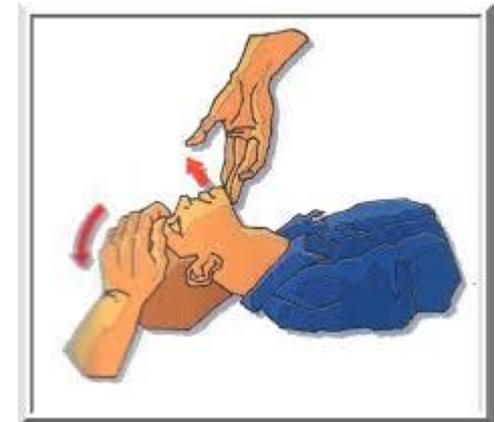


- Si réaction :
    - identifier le problème
    - ne pas mobiliser la personne
    - appeler les secours
  
  - Si pas de réaction :
- = personne inconsciente



# Approche d'une personne inconsciente

- Appeler à l'aide
- Libérer les voies respiratoires :
  - Mettre la victime sur le dos
  - S'agenouiller à hauteur de la tête
  - Dégager les voies respiratoires (col serré,...)
  - Retirer prothèse dentaire
  - Basculer la tête en arrière



- **Vérifier la respiration (V.E.S.)** pas plus de 10 secondes :
  - **VOIR**: vérifier si le thorax se soulève et s'abaisse
  - **ECOUTER**: écouter les bruits de la respiration en s'approchant de la bouche de la victime
  - **SENTIR** : le flux d'air sur notre joue



## Approche d'une personne inconsciente

- **Composer le**



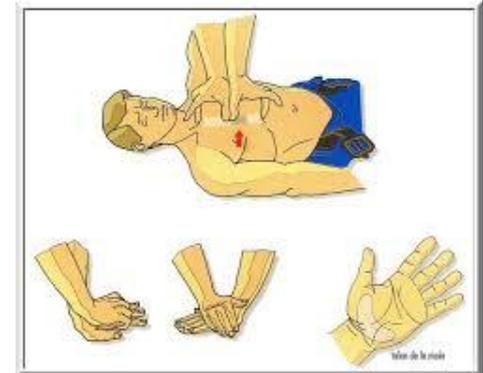
- **Décrire qui, quoi, où**

## La victime inconsciente ne respire plus, elle est en arrêt cardio-respiratoire

- Réclamer un défibrillateur,  
si non disponible, commencer la réanimation  
cardiopulmonaire :
  - Victime couchée sur un plan dur
  - Dégager la poitrine
  - S'agenouiller au niveau de  
son thorax
  - Placer le talon d'une main au centre du  
thorax (partie supérieure de la moitié  
inférieure du sternum)
  - Placer le talon de l'autre main sur la  
première et entrelacer les doigts ou non



Secoursme-defibrillateur.com



- **Tendre les coudes et placer les épaules au-dessus du thorax**



- **Effectuer 30 compressions thoraciques (fréquence : 100 par minute sans dépasser 120 et appuyer verticalement vers le bas de 4-5 cm)**
- **Pratiquer ensuite 2 insufflations (voies respiratoires dégagées et narines pincées)**



# La victime inconsciente ne respire plus, elle est en arrêt cardio-respiratoire

## ○ Défibrillateur disponible :

- **Trousse : ciseaux, rasoir, essuie, lingettes, gants, pocket-masque**

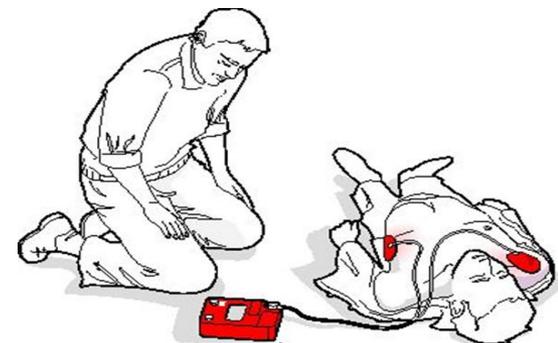


## ▪ **Dégager complètement la poitrine de la victime :**

- Enlever patchs médicamenteux
- Enlever ou éloigner des électrodes de tout bijou en métal
- Le corps doit être sec, dans un endroit sec
- Raser les poils gênants si mauvaise adhésion des électrodes
- Défibrillation si pace-maker mais pas en contact



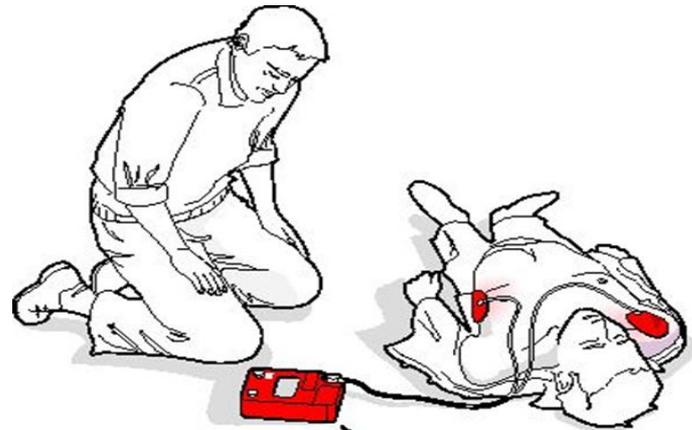
- Mettre le défibrillateur en marche **(ON)**
- Suivre les instructions
- Mettre les électrodes : une sous l'aisselle gauche et l'autre sous la clavicule droite à côté du sternum
- **S'écarter** de la victime : le défibrillateur analyse
- Administrer le choc si le défibrillateur le demande (semi automatique), si DEA il le fait automatiquement si nécessaire



« Analyse du rythme cardiaque en cours »



- Si pas de choc nécessaire, le défibrillateur invite à entreprendre des compressions thoraciques
- Continuer à suivre les instructions du DEA jusqu'à :
  - L'arrivée des secours
  - Ce que la victime ait repris une respiration normale

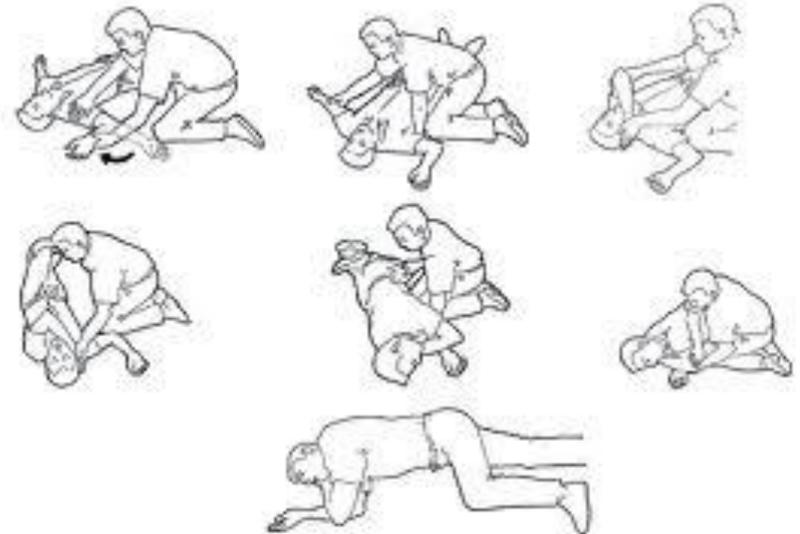


« Analyse du rythme cardiaque en cours »



# La victime inconsciente respire

- Si la victime ne réagit pas, mais respire normalement :
  - La placer en position latérale de sécurité (PLS) jusqu'à l'arrivée des secours et vérifier régulièrement sa respiration :
    - La victime est allongée jambes tendues, sans lunettes
    - Placer le bras de notre côté en angle droit par rapport à son corps et plier l'avant bras vers haut
    - Poser l'autre bras sur sa poitrine, le dos de sa main contre sa joue et maintenir avec notre main
    - Soulever la jambe de l'autre côté par le creux du genou en laissant le pied à terre
    - Tirer la jambe soulevée vers nous en faisant tourner la victime sur le côté
    - Placer la jambe du dessus pour que la hanche et le genou soient en angle droit
    - Basculer la tête en arrière



## RESUME :

1/ Sécurité

2/ Vérifier état de conscience

Si réaction :

- identification du problème
- pas de mobilisation
- appel secours

Si pas de réaction = personne inconsciente :

- appeler à l'aide
- dégager voies respiratoires
- VES
- appel 112

Si respire :

PLS

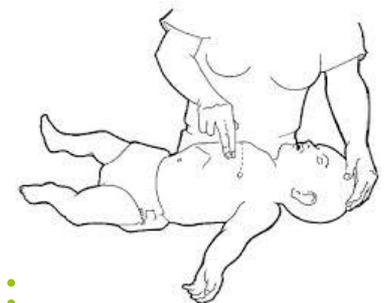
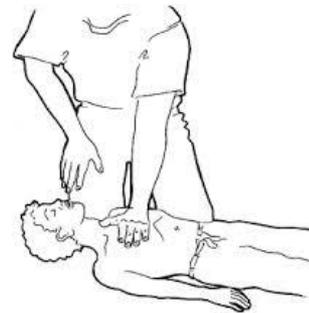
Si ne respire pas :

RCP+défibrillateur

## Cas particulier :

### ➤ réanimation cardiopulmonaire (RCP) enfants

- > 8 ans : idem adulte
- Entre 1 et 8 ans : enfoncer le talon d'une main de 3-4 cm, fréquence de 100 par minute,  
5 compressions pour une insufflation
- < 1 an : à une largeur de doigts en dessous d'une ligne horizontale passant entre les deux mamelons, comprimer avec la pulpe de deux doigts de 2-3 cm, fréquence de 100 par minute, 5 compressions pour une insufflation



### ➤ Mise en place des électrodes chez les enfants :

- Si > 8 ans : idem électrodes adulte
- Entre 1 et 8 ans : utiliser électrodes enfants ou activer mode enfant sur défibrillateur (sinon mieux vaut l'adulte plutôt que rien !)

